



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

ATEŞLİ TAVUKLAR

3 adet Tavuk Göğsü
3 yemek kaşığı Süzme Yoğurt
2 adet Köz Kırmızı Biber
1 tutam Tuz
1 tutam Toz Tatlı Kırmızıbiber
1 tutam Toz Kişniş
1 tutam Kimyon
1 kase Un
1 diş Sarımsak
1 adet Büyük Bostan Patlıcan
1 adet Acı Yeşil Biber
Zeytinyağı
Karabiber
Kaya Tuzu

Bostan patlıcanı çatal yardımıyla farklı noktalarından delin.Üzerine zeytinyağı döküp elinizle tüm yüzeyine sıvayın.Ocağı kısık ateşte yakıp patlıcanı üzerine koyun ve közleyin.

Streç filmi kesme tahtasının üzerine yayın.Közlenen patlıcanı streç filmin üzerine koyup sıkıca sarın.Bir süre bu şekilde bekletin.Kabuğunun daha kolay soyulmasını sağlayacaktır.

Tavukgöğsünü ince uzun şeritlere kesin.Bir kaseyin içerisine un koyun ve içine tuz, karabiber, tatlı toz kırmızı biber, zerdeçal, toz kişniş ve kimyon ekleyip karıştırın.

Kızartma işlemini yapmak için bir tavayı ocağa koyup içine tavanın tabanını dolduracak kadar zeytinyağı döküp ısıtın. Közlenmiş kırmızı biberleri ve sarımsağı kabaca doğrayın.

Köz kırmızı biber ve sarımsağı mutfak robotuna koyup üzerine yoğurdu ekleyin. Acı yeşil biberleri kabaca doğrayıp robotun içine ekleyin.Karışımı püre oluncaya dek çekin.

Yağ ısınınca tavuk şeritlerini alıp baharatlı una bulayın, fazla unlarını silkeleyip kızgın yağın içine atın.Her tarafları altın sarısı oluncaya dek pişirin.

Pişen tavukları havlu peçete serili bir tabağa çıkartın. Üzerlerine tuz, karabiber ve tatlı toz kırmızı biber serpin.Köz patlıcanı kaşık yardımıyla kabuklarını sıyrır gibi soyun.

Kabuğu soyulmuş patlıcanı küplere kesip mutfak robotundaki yoğurtlu köz bibere ilave edin ve sosu tekrar çekin. Pişmiş tavukları servis tabağına aktarın.

Yanına köz patlıcan ve biberli acı sosu koyup üzerlerine kaya tuzu, karabiber, toz tatlı kırmızı biber ve zerdeçal serpiştirip servis edin.



© lezzetler.com tarif no:122917 • adi:Ateşli Tavuklar • gönderen:Haşim Baba • indirme tarihi:20.09.2024 - 22:03